KOBIETA W DOMU I SALONIE



-GAZETA PORANNA SWOIM CZYTELNICZKOM-

Nr. 112. Dodatek tygodniowy do Nr. 8287 z dnia 11 października 1927.

Pod redakcją JANINY PEŁEŃSKIEJ.

POGADANKA.

Lwów 9. października.

Jeśli zastanowimy się, Miłe Panie, nad życiem, jakie los zesłał nam w udziale, to prawdopodobnie mała tylko, znikoma ledwie garstka będzie takich, które powiedzą, że spełniło ono wszystkie ich pragnienia i chęci, że teraźniejszość jest tak piękna, tak doskonała, że niczego więcej życzyć sobie nie mogą, że nic oczekują od przyszłości żadnych korzystnych zmian na lepsze, że niema w ich egzystencji nic takiego, co im dolega, że jest ciężarem przykrym, czasem nie do zniesienia, od czego pragnęłyby się jak najprędzej wyzwolić...

Taki stan zupełnej szczęśliwości, zupełnego zadowolenia z tego co jest, takie poczucie spełnienia wszystkich takie poczucie spełnienia wszystkich pragnień, jeżeli go wogóle przeżywała która z nas — był chyba zawsze krótkotrwały.

Mogły to być chyba pierwsze dni narzeczeństwa lub też małżeństwa z ukochanym człowiekiem — może jakiś krótki okres po złożonym szczęśliwie egzaminie, będącym uwieńczeniem pracowitych, pochłaniających nas całkowicie studjów, krótki czas po wykończeniu dzieła, w które włożyliśmy całą swą duszę...

Był to więc tylko chwilowy spoczynek ducha — podobny do tego spoczynku, jakim się cieszy wędrowiec po skończonym etapie podróży — po osiągnięciu szczytu, do którego dążył... Ale wędrowiec rozpocznie dalszą wędrówkę — i duch ludzki nie wyrzecze się na zawsze skrzydlatych lotów w przyszłość, które unoszą go ponad przykrości obecnej egzystencji, które w szczęściu nawet pozwalają mu wzbijać się do jeszcze jaśniejszych, jeszcze bardziej świetlanych horyzontów.

I powiedźcie mi, Miłe Panie, czy jest choć jedna z Was, któraby tak nie ulatywała swojemi pragnieniami, swojemi nadziejami ku przyszłości, któraby nie żyła więcej dniem jutrzejszym, niż dniem dzisiejszym?

Plany i projekty, nadzieje na spełnienie tych lub owych naszych życzeń, naszych oczekiwań — oto co stanowi właściwą treść naszego życia. Ciągle czegoś się spodziewamy, ciągle czegoś oczekujemy...

Gdyby już tylko jak najprędzej doczekać naszego ślubu — wzdycha narzeczona, gdy po dłuższej czy krótszej wizycie musi się rozstać z narzeczonym — gdyby już raz pozbyć się tych krępujących więzów konwenansu, opieki rodzicielskiej, względów towarzyskich — wtedy rozpocznie się dopiero życie... A gdy chwila ta nastąpi, ileż to razy wspominamy sobie znów szczęśliwe czasy narzeczeństwa, gdyśmy wolne od trosk codzienności oddawać się mogły tylko różanym marzeniom...

I wtedy w tem życiu małżeńskiem, które wydawało się nam wpierw kresem naszych dążeń, znowu zaczynamy wylatywać pragnieniami ku nowym horyzontom.

Ach, żeby to już przyszedł awans, który zapewni nam wygodniejszy byt, ach, żeby już dzieci podrosły, żeby już ukończyły szkoły, żeby już jak najprędzej doczekać tego lub owego — aby to lub owo już jak najprędzej się skończyło...

Zawsze ukazuje się nam w perspektywie przyszłości jakiś złoty, cudny ptak szczęścia, za którym gonią nasze pragnienia, nasze żądze, dla którego często depcemy niebacznie te drobne kwiaty, jakie wykwitają dla nas na gruncie teraźniejszości... Często dla tych mglistych obrazów, ukazujących nam się w oddali, lekceważymy to, co nas otacza, co nam życie w danej chwili przynosi.

A przecież warto pamiętać, że żaden z tych kwiatów raz zakwitłych, nie wróci, że wszystkie je winnyśmy umieć wiązać w równiankę barwną i wonną, jeśli chcemy niemi przyozdobić nasze istnienie.

Nie zapominajmy, Drogie Panie, że sztuka życia polega na należytem ocenieniu każdego daru losu, każdego pięknego momentu i na należytem wykorzystaniu go, na świadomem przeżyciu, — na świadomem dobyciu z niego całej jego wartości.

Nie powinnyśmy dla złudnych majaków, dla fantastycznych miraży jakiejś nadludzkiej niezmąconej szczęśliwości, która nas czeka w jakiejś bajkowej, wyśnionej przyszłości, przejść niebacznie nad tą odrobiną szczęścia, jakie nam dać może teraźniejszość, jakie znaleźć możemy w życiu realnem.

Czy jednak znaczy to, że powinnyśmy się wyzbyć wszelkich marzeń, że powinnyśmy się ograniczyć tylko do rzeczywistości, do dnia dzisiejszego, nie myśląc o jutrze, nie wylatując myślą w przyszłość?

Nie — byłoby to znowu dobrowolnem zasłonięciem sobie słońca, jasności... Nie jest pozbawione słuszności zdanie, że oczekiwanie, nadzieja, na coś upragnionego, na coś, od czego spodziewamy się radości i szczęścia, napełnia nas większą szczęśliwością, aniżeli samo spełnienie, urzeczywistnienie tych nadziei.

Bezsprzecznie, wolno nam radować się szczęściem, które nas czeka, którego się spodziewamy, bo to przynosi nam jego zwielokrotnienie, daje mu ciągłość i trwałość w czasie... — Chodzi tylko o to, aby obraz tej świetlanej przyszłości nie zasłaniał nam teraźniejszości, abyśmy o niej nie zapominały... Nie wolno nam zaniedbywać ciążących na nas obowiązków dlatego, że spodziewamy się, iż wkrótce od nich będziemy zwolnione. Nie powinnyśmy mniej cenić, mniej okazywać życzliwości naszemu obecnemu otoczeniu, ludziom, wśród których żyjemy, którzy nas darzą swoją sympatją, dlatego, że spodziewamy się niebawem wejść w inne, nowe środowisko, między innych, nowych ludzi, jak niemniej nierozsądkiem byłoby lekceważyć wszystkie radości, wszystkie zalety naszej obecnej egzystencji dla tych nadziei, jakie wiążemy z przyszłością.

Oczekiwanie na to, co nam życie przyniesie, dobrego i pomyślnego, ufna nadzieja, że złe się skończy, jest bezwątpienia pięknym, kwietnym pomostem, który pozwala nam przejść lekką nogą ponad trudnościami, ponad zmartwieniami i przykrościami egzystencji. Jest to jasny promień rzucony w szarzyznę lub nawet w ciemnic dnia dzisiejszego, jest to holownicza lina, nie pozwalająca nam rozbić się wśród rozhukanych nawalnic żywota.

A więc idźmy tym pięknym pomostem, wzlatujmy ku słońcom lepszej doli, które Bóg zapalił na horyzoncie naszego żywota — ale nie zapominajmy, że żyjemy na ziemi, że żyjemy w czasie, gdzie każdy dzień ma swoją własną cenę.

J. P.

Z dziedziny mody.

Płaszcz, futro i suknia.

Lwów, 9 października.

Jesień stoi pod znakiem futra. Zanim jeszcze oziębienie temperatury usprawiedliwiło pojawienie się jego jako materjału zabezpieczającego najwięcej ciepła, w formie płaszcza i żakietu futrzanego, już zdobyło ono sobie prawo obywatelstwa jako przybranie okryć, a nawet i sukien. Nie można sobie



Dwa eleganckie płaszcze z kashy, przybrane bogato futrem.



Angielski płaszcz w kratę z kołnierzem futrzanym.

dziś nawet wyobrazić eleganckiego okrycia jesiennego bez futra. Nawet sportowe płaszcze jesienne przy całej prostocie kroju, podkreślają wytworność kołnierzem futrzanym.

Płaszcze strojniejsze nie zadowalają się tem tylko, ale noszą szerokie szalowe okłady futrzane, które nierzadko przechodzą w obramowanie dolnego obwodu i rękawów.

Moda tegoroczna odznacza się zresztą ogromną wielostronnością tak w gatunku futer, jak w kunszto wnem ich wykonaniu. Żakiety i kurtki futrzane, noszone jeszcze



Praktyczna suknia „deux pieces" z włócz kowego trykotażu.



Kostjum sportowy z podwójnego materjału.

przez niektóre panie mniej wrażliwe na zmienne kaprysy mody, ustępują jednak pierwszeństwa bardziej dystyngowanym w aparycji i wybrednym w kroju całym płaszczom bądź to futrzanym, bądź też wełnianym, przybranym bogato futrem. Na płaszcze najmodniejsze są wszystkie gatunki kashy.

Wogóle po krótkim nawrocie do kostjumu, obecnie na ulicy panuje płaszcz. Zachowuje on staranie smukłość linji, jednak obok kroju prostego dopuszcza także wytworną falistość linji.

Niemal wszystkie wytworniejsze płaszcze futrzane i wełniane koncentrują swoją elegancję w nader starannem wykończeniu kołnierza i rękawów. W płaszczach wełnianych okładanych futrem, przeważają kołnierze szalowe, choć widzimy też tendencję do wysoko podniesionych kołnierzy. Rękawy są bądź to okładane szerokimi mansze tami futrzanymi, bądź to mają rozszerzone dołem formy kloszowe, również futrem obramowane.

Pomiędzy futrami, służącemi na okłady, lisy zajmują jedno z pierwszorzędnych miejsc, czy to chodzi o płaszcze dzienne, czy też o wieczorowe.

Wszystkie rodzaje lisów wchodzą



Elegancka toaleta z czarnego i białego tussalga z plisami przybranemi złotą bortką.

tu w grę, od naturalnego rudego aż do lisów srebrnych krzyżowych, farbowanych w różnych tonach. Tam, gdzie lis okazuje się za drogi, zastępują go odpowiednio preparowane skórki zajęcze, bardzo dobrze spełniające swą rolę, z tym wyjątkiem, że są nietrwałe.

Pod płaszcz nosi się suknię skromną, mało przybraną, najchętniej jeszcze zawsze jumperową, „deux pieces", chociaż i jednostajne suknie noszą się z niemniejszem wzięciem, mając wygląd elegantszy — przyczem jednak zwykle linja stanu bywa podkreślona paskiem lub odmiennem zaaranżowaniem sukni poniżej stanu.

Zresztą w modzie obecnej występują wyraźnie dwie sprzeczne tendencje. Jedna, dążąca do utrzymania prostoty linji i kroju, druga do fantazyjności, obfitego rzutu fałdów, przerwania jednostajności tak w sposobie przybrania, jak i w zerwaniu z zasadą równej długości w dolnym obwodzie. Co prawda, te dwa kierunki zawierają ze sobą pewnego rodzaju kompromis, dzielą między siebie domieszkę mody. Dla sukien skromniejszych, na codzienną potrzebę, pod płaszcz na ulicę, do pracy zawodowej, czy dla domu pozostaje krój prosty, nieskomplikowany, spódniczka krótka w fałdy lub plisy z szykownym jumperem. Przytem w tym zakresie bardzo praktyczne okazują się trykotaże włóczkowe lub jedwabne, lub też — co stanowi szczęśliwą kombinację — wełniane, przerabiane jedwabiem.

Suknia wizytowa, czy też elegancka spacerowa zrywa z oschłą jednostajnością formy, jest falista, wykazuje bogaty rzut fałdów, draperji i tym podobnych przybrań. Strojność w tym zakresie święcić będzie najprawdopodobniej pełny trjumf, przyczem jedyną granicą będzie tylko wzgląd na utrzymanie smukłości ogólnej aparycji i wrażenie młodzieńczości, bo tych napewno nie wyrzeknie się nowoczesna kobieta nawet dla zachcianki i kaprysów królowej Mody.

Nina.

Z hygjeny i pielęgnowania urody.

Na czem polega hygjena serca?

Lwów 9. października.

Zdrowe serce jest regulatorem całego organizmu, jego niedomagania zaś mogą się stać groźne nietylko dla zdrowia, ale nawet dla życia... Lecz nietylko sam ustrój naszego organizmu jest często powodem niedomagań sercowych, często my sami ponosimy w tem winę.

Aby serce nasze było zdrowe, należy zachować odpowiednią jego hygjenę. Pierwszym warunkiem hygjeny serca jest unikanie silnych ,gwałtownych wzruszeń. Takie gwałtowne, silne wzruszenia bowiem, mogą sprowadzić nietylko nerwowe przypadłości, ale i organiczną chorobę serca i naczyń krwionośnych, która choć nie objawi się bezpośrednio po doznanem wzruszeniu, to jednak dopiero nieraz w czasie znacznie późniejszym występuje na jaw i rozwija się do groźnych rozmiarów.

Koleje losu poszczególnej jednostki z jednej strony, z drugiej jednak, w równej niemal mierze, wrodzony jej temperament, składają się na sumę i siłę tych burz, które przechodzi nasza duchowa istota i które mogą zrujnować w krótszym lub dłuższym przeciągu czasu nasze serce i nasz system nerwowy.

Mimo to nie można powiedzieć, aby człowiek był bezwolną piłką w dłoni losu i swego temperamentu, aby nie mógł się przeciwstawić tym burzom, jakie te dwie potęgi w nim wywołują. Przeciwnie, jest w mocy naszej oprzeć się przynajmniej do pewnego stopnia tym wpływom i utrzymać harmonję naszego życia wewnętrznego.

Tą kotwicą, która nas chronić zdolna zarówno od burz losu, jak i od burz wewnętrznych, jest opanowanie siebie samego, wyrobienie w sobie silnej woli. Silna, opanowana wola, krytycyzm wobec własnych uczuć i afektów, mogą być bardziej skutecznem lekarstwem na serce, niż wszystkie medykamenty.

Bo największymi wrogami zdrowia serca są nasze namiętności.

Nie ulega wątpliwości, że największej wstrząśnień gwałtownych i wzruszeń wypływa z wygórowanej ambicji, z tych wszystkich uczuć, których podkładem jest wybujała miłość własna.

Ileż to przykrych, bolesnych zawodów, gorączkowych oczekiwań, rozczarowań, zwątpień i rozpaczy przysparza człowiekowi nigdy nienasycona żądza — wywyższenia się, osiągnięcia osobistego sukcesu! Kto cel życia widzi nie w kształceniu i pomnażaniu swojej wartości wewnętrznej, ale w zewnętrznych walorach życia, tego serce nigdy spokoju nie zazna. Egoizm, próżność, gonitwa za powodzeniem, same w sobie noszą zaród kary, rujnując nerwy i serce.

Drugiem źródłem silnych, rozstrajających nerwy i serce wzruszeń jest nietolerancja, brak poszanowania dla cudzego ja, dla jego wiar i poglądów. Ile to gniewu, irytacji, gwałtownych wybuchów, nie mają innej przyczyny, jak tylko tę, że nasza racja jest nietylko dla nas samych alfą i omegą, ale że tę naszą rację chcielibyśmy za wszelką cenę narzucić całemu światu, a obok niej, żadnej innej racji nie uznajemy, że nasz interes osobisty stawiamy nad wszystko inne, że z całą siłą namiętności pragniemy mu podporządkować sprzeczne z nim interesy drugich.

Ograniczony punkt widzenia, brak rozwagi i niesprawiedliwość ludzkiego sądu są źródłem przeważnej liczby namiętności. Kto umie rzeczy oceniać bez uprzedzeń, z ogólnoludzkiego, nie egoistycznego stanowiska, ten unika wielu niepotrzebnych wstrząsów i rozdrażnień zarówno w życiu rodzinnem jak i na szerszej arenie życia zawodowego czy też społecznego.

A wreszcie trzeciem, również bardzo ważnem źródłem zaburzeń serca jest wybujała, nieopanowana zmysłowość. Życie erotyczne, jeśli nie jest normowane rozsądkiem, jeśli wyzbędzie się swoich wyższych, z ducha płynących wartości, a dąży tylko do maksimum rozkoszy i użycia, staje się wrogiem prawidłowego funkcjonowania serca. Z drugiej strony jednak niemniejszem niebezpieczeństwem jest tu także wybujała uczuciowość, te tragedje serca, jakie wiele osób przeżywa najbardziej intensywnie. Hygjena życie seksualnego, sentymentalnego jest zatem również hygjeną serca.

Tak więc kto chce utrzymać w porządku swe nerwy i serce, winien się starać o wyrobienie w sobie tej równowagi duchowej, tego rozsądku i rozwagi, które pozwolą mu zapanować nad każdem położeniem, zachować spokój w najtrudniejszych wypadkach życia. Takie umiarkowanie i równowaga są nietylko miarą wartości duchowej człowieka, ale są zarazem naj lepszą hygjeną serca.

Dla osiągnięcia tej równowagi, dla złagodzenia tych licznych podrażnień nerwowych, jakie nam przynosi współczesny, gorączkowy tryb życia, najlepszym sposobem jest jak najściślejsze obcowanie z przyrodą. Bo ona jest cudownym lekiem, ona ma dar uspokajania rozbujałych namiętności, daje zapomnienie przebytych bolów i zawodów, wlewa ciszę i spokój w skołatane serce.

Alfa.